



2022年10月

輝ゆとり～な レクリエーション予定表



日	月	火	水	木	金	土
						1 トランプ
2 自由活動	3 カラオケ	4 ぬり絵	5 リズム 体操	6 脳トレ	7 トランプ	8 ボール 運動
9 自由活動	10 しりとり ゲーム	11 風船 バレー	12 ぬり絵	13 リズム 体操	14 しりとり ゲーム	15 棒体操
16 自由活動	17 トランプ	18 ゲート ボール	19 カラオケ	20 ぬり絵	21 リズム 体操	22 脳トレ
23 自由活動	24 棒体操	25 伝言 ゲーム	26 ぬり絵	27 自己紹介 ゲーム	28 風船 バレー	29 棒体操
30 自由活動	31 リズム 体操	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>昼食前：ラジオ体操、口腔体操</p> <p>14時～：上下肢体操</p> <p style="text-align: right;">以上を毎日行う</p> </div>				31 自由活動



ボランティアさんを募集しています。  
踊りや演奏、マジックなどの発表・体操・花壇など外回りの除草など。  
いつでもお気軽にお越し下さい。



担当：亀谷